



8. Lorsch Triathlon

Lorsch / 28.08.2011

□□□□

Siems, Dr. Nils

□□□: 1:02:01

□□: SC Oberursel

□□: 178

□□: 25.50 km

Lorsch Triathlon 0,5-20-5

□□□□□/□□□: 12 (of 294)

□□□□□/□: 12 (of 220)

□□□□□□: 58:13

□□□□:

männl. AK 4 (TM 35-39)

□□□□□: 2(of 35)

□□□□□□□: 59:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	km/h	-	-	□	□	km	□□	km/h	-	-	□	□
Schwimmen	0.50	7:54	0.00	2	0:43	9	0:43	0.50	7:54	0.00	36		220	
Schwimmen □□□	0.50	7:54												
Rad	20.00	35:09	34.14	2	1:58	12	1:58	20.50	43:03	27.87	36		219	
Rad □□□	20.00	35:09												
Lauf	5.00	18:58	15.82	7	1:25	34	8:49	25.50	1:02:01	24.19	2	2:51	13	3:48
Lauf □□□	25.00	1:02:01												